Jurnal Pengabdian Multidisiplin
Volume 1 Nomor 2, Juli 2021
Kuras Institute
scidac plus

Pendampingan Pasien GERD *(Gastroesophageal Reflux Disease)* dalam Upaya meningkatkan Motivasi Penyembuhan Menggunakan Layanan Konseling Individual

Hernisawati Hernisawati*, Haikal Haikal
Institut Agama Islam Ma'arif NU (IAIMNU) Metro Lampung, Indonesia
hernih725@gmail.com*

Abstract

The purpose of this study was to determine how the identification and analysis of psychotherapy on the healing of GERD (Gastrophageal Reflux Disease) patients in terms of using a personal counseling service. GERD is a symptom that usually occurs when stomach acid rises so that the mouth feels sour and bitter as well as a burning or burning sensation in the chest and gut, this condition triggers a psychological situation consisting of anxiety, panic to depression as evidenced by physical conditions, namely shortness of breath, cold sweat and if left untreated it causes the patient's condition to get worse, this proves that motivation for healing is needed. The method used in this research is qualitative research methods. The subjects in this study were GERD patients consisting of IAIMNU Metro Lampung residents. Data collection techniques used in this study were interview techniques and observation techniques. The data in this study were analyzed using qualitative descriptive analysis. Identification and psychological analysis of patients with GERD can be seen that, (a) anxiety due to the risk of disease to the body, (b) panic arising when experiencing indigestion, and (c) depression can occur due to hopelessness due to the illness.

Keywords: Psychotherapy Analysis, Individual Counseling, GERD Patients

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan anugrah dari Allah SWT untuk semua umatnya berupa kemampuan fisik atau jasmani yang bugar yang membuat kita dapat beraktivitas sesuai dengan apa yang diiginkan, menjalankan ibadah, bermain bersama teman, menikmati hobi, sampai dengan aktivitas rutin yang biasa dilakukan sehari-hari. Namun terkadang walaupun kita sudah menjaga kesehatan dengan baik, penyakit juga terkadang datang yang diakibatkan karena pola hidup tidak sehat, makan tidak teratur dll. Hal tersebut mengakibatkan hidup menjadi tidak efektip, karena pola makan yang tidak teratur berakibat pada kondisi lambung yang tidak sehat dan menimbulkan berbagai penyakit di lambung, salah satunya ialah penyakit yang berasal dari kondisi lambung yang tidak sehat yaitu penyakit asam lambung atau GERD *(Gastrophageal Reflux Disease).*

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) menurut Buntara et.all (2020) merupakan gejala komplikasi pada lambung yang disebabkan karena pada motilitas menurun pada saluran cerna sehingga isi lambung masuk kedalam rongga mulut dan esophagus. Untuk pasien GERD merupakan seluruh manusia yang terindikasi risiko akibat dari komplikasi pada diri karena pengaruh *refluks gastrosoefageal*, serta semua orang yang mengalami permasalahan terkait kesehatan (kuaitas hidup) terkait gejala refluks. Secara

Cara mengutip:
Hernisawati, H., & Haikal, H. (2022). Pendampingan Pasien GERD (Gastroesophageal Reflux Disease) dalam Upaya meningkatkan Motivasi Penyembuhan Menggunakan Layanan Konseling Individual. *Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, *1*(2). https://doi.org/10.51214/japamul.v1i2.103

sederhana, GERD diartikan sebagai suatu gejala dikarenakan regurgitasi dari lambung sehingga mengalami heartburn (kondisi dada yang panas) serta gejala lain (Bastari, 2011).

Memiliki kesehatan merupakan keinginan yang diharapkan didapatkan oleh setiap manusia tetapi tetap kekal merupakan tujuan dari kehidupan seteah kematian karena akhirat adalah kehidupan kekal. Allah swt berfirman, "*Dan tiadalah kehidupan dunia ini, selain dari main-main dan senda gurau belaka. Dan sungguh kampung akhirat itu lebih baik bagi orang-orang yang bertakwa. Maka tidakkah kamu memahaminya?*" (QS: Al-An'am ayat: 32). Berdasarkan penjelasan tersebut bahwa menjaga kesehatan merupakan langkah yang baik tetapi tetap kehidupan yang kekal adalah seteah kematian, mempersipakan bekal dengan memilki pola hidup sehat merupakan siasat yang tepat dalam upaya beribadah kepada-Nya. Sebagai makhluk hidup manusia merupakan makhluk yang terus berkembang, baik pola prilaku sikap sebagai esensi mahkluk yang ditugaskan ke bumi sebagai khlifah di muka bumi ini, maka manusia harus menjadi makhluk yang bertanggung jawab akan dirinya serta selalu memberikan kontribusi sebagai makhluk yang bermanfaat bagi kehidupan.

Analisa Psikologis merupakan salah satu upaya berupa identifikasi terhadap persfektif psikologis individu, yang melihat gejala psikis bukan sebagai faktor utama pembentuk atau pemicu suatu prilaku. Masalah kejiwaan menjadi bagian yang tidak bisa dilepaskan bagi makhluk yang ditugaskan menjadi khalifah. Dengan demikian para pakar psikologi sudah mencoba menjawab permasalahan-permasalahan kejiwaan (Wahidah, 2018). Dimulai dengan analisa psikologi klasik yang dikembangkan oleh Freud sampai dengan aliran psikologi Postmodern, semua dituju dengan bantuan serta teknik Psikoterapi.

Bantura (2020) menjelaskan bahwa, psikoterapi menjadi salah satu model dan strategi ampuh dalam melihat menganalisa maupun mengatasi permasalahan kejiwaan, melalui beragam intervensi atau terapi psikologis. Dengan memiliki kesehatan hidup, manusia akan merasakan kehidupan yang berarti, memiliki semangat hidup yang berkembang dengan baik, dan terus melakukan ibadah terbaik sebagai bentuk pengabdian kepada Allah swt (Jannati, Z, 2020).

Setiap manusia hendaknya memahami tentang kesehatan dirinya. Aspek Psikologi sebagai kajian dari kesehatan hidup manusia, manusia yang memiliki kesehatan hidup adalah manusia yang memiliki pemahaman mengenai apa saja gaya pola hidup sehat dan menjadikan hal tersebut sebagai kebiasaan yang baik. Berdasarkan hal tersebut manusia yang memiliki pola hidup sehat merupakan manusia yang secara sabra menghadapi hal tersebut sebagai cobaan seperti penyakit GERD manusia yang sehat juga mampu menjalankan aktivitas sehingga menjadi individu yang berkualitas.

Konseling sebagai salah satu strategi yang digunakan sebagai pembentuk pemahaman akan memiliki motivasi peneymbuhan yang kuat bagi pasien GERD. Konseling sebagai *applied process* artinya bahwa bimbingan dan konseling merupakan suatu layanan yang diterapkan berdasarkan landasan dan teoritis yang menjadi pijakan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling dan juga menjadi suatu landasan bagi konselor dalam menjalankan proses konseling. Pelaksanaan Konseling tidak terlepas dari dinamika internal yang terjadi pada setiap individu, dinamika internal tersebut adalah psikologis, maka dapat diketahui bahwa ilmu psikologi menjadi ilmu yang paling besar kontribusinya dalam ilmu konseling.

Konseling merupakan mekanisme bantuan yang melihat permasalahan pada aspek psikologis. itu bersifat psikologis, dari sisi tujuan, proses serta konsep yang tercakup menunjukkan bukti bahwa konseling merupakan proses psikologis. Mulai dari proses, tujuan dan pelaksanaan layanan semua aspek yang dijalankan oleh konsloer berdasarkan aspek psikologis. Selain dari segi proses, tujuan dan pelaksanaan konseling juga berdasarkan aspek psikologis ditinjau berdasarkan aspek teori serta konsepnya, berdasarkan pendapat para ahli psikologi mulai dari pendekatan klasik sampai dengan postmodern, semua berdasarlkan

pendekatan psikologis, hal tersebut semakin meyakinkan bahwa konseling erta kaitannya dengan pedenkatan psikologis (Wibowo, 2005).

Konseling merupakan layanan strategis yang digunakan untuk menjadikan manusia sebagai insan yang bermartabat dan mencapai kesejahteraan hidup sesuai tahap perkembangan hidupnya. Secara umum tujuan bimbigan dan konseling agar individu dapat berkembang secara optimal individu berdasarkan keunikan individu mulai dari bakat dan menunjukan kemampuan dasar. Serta ditinjau berdasarkan permasalahan di masyarakat seperti permasalahan individu, karir keluarag dan permasalah social (Prayitno, 2011).

Psikologi merupakan akar serta konsep utama dari konseling ilmu dan teorinya, sehingga konseling dan ilmu psikologi menjadi satu wadah kesauan yang tidak bias dipisahkan. Terutama memenuhi isu social konseling merupakan landasan yang menjadi cabang sebagai ilmu terapan dalam membantu individu atau klien dalam menemukan kesejahteraan hidup, menemukan solusi dari masalah social serta sebagai disiplin ilmu dalam menemukan solusi dari permasalahan psikologis, khususnya pada permasahan yang menjadi focus peneliti yaitu pada permaslahan ditinjaui dari aspek psikologis GERD.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan selama 3 hari di kawasan lingkungan kampus IAIM NU Metro Lampung. Pada hari pertama kegiatan di awali dengan persiapan (meninjau kesehatan pasien pada tahap awal), yaitu melakukan izin dan koordinasi dengan rector dan kepala biro IAIM NU Metro terhadap beberap warga IAIM NU Metro yang menjadi pasien GERD.. Kegiatan pendampingan ini sebagai upaya meningkatkan motivasi penyembuhan oleh. Aktivitas kegiatan koordinasi ditampilkan pada Gambar 1 dan 2.

Gambar 1. Koordinasi

Gambar 2. Koordinasi dengan pihak kampus

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian untuk mengidentifikasi psikologis motivasi penyembuhan pasien pasca GERD menggunakan layanan konseling individual terhadap subjek "H" dan subjek "W". Dalam penentuan pelaksanaan penelitian ditentukan beberapa aspek dan kriterian sebagai kerangka utama dalam pelaksanaan konseling individual yaitu melihat aspek berdasarkan kriteria yakni: (1) Aspek Kesehatan, (2) Aspek Kecemasan, (3) Aspek Defresi, serta (4) Aspek Motivasi. Kriteria yang ditentukan sebagai acuan pelaksanaan kegiatan layanan konseling individual yang melalui melalui tiga tahapan yaitu tahap awal tahap inti (kerja), serta tahap pengakhiran. Strategi individual digunakan sebagai strategi yang efektip dalam menemukan, melihat secara mendalam serta memberikan kesempatan secara langsung terakit permasalahan yang dihdapai menurut Muthoharoh (2020) bahwa konseling individual memungkinkan pikiran, perasaan

dan sikap menjadi terarah terutama dalam berkomunikasi dan bersosialisasi secara interpersonal bagi klien. Hal ini menjelaskan bagaimana kelebihan dalam teknik atay strategi yang digunakan.

1. Tahap Awal (aspek kesehatan)

Pada tahap awal bagaimana membangun hubungan baik, memperjelas dan mendefinsikan masalah yang dihadapi dengan menentukan bagaiaman aspek kesehatan yang dialami. Aspek kesehatan (1) secara umum peneliti mengidentifikasi gejala, fenomena fisik maupun psikologis ketika pasien yang pernah mengalami gejala asam lambung sakit, sampai dengan identifikasi GERD, subjek peneliti menjelaskan bahwa *"perasaan terbakar di dada tidak terlalu sering muncul kembali"* atau kemunculan perasaan terbakar di dada sudah jarang terjadi sebelum dilakukan tindakan oleh dokter dan subjek kedua menjelaskan "*bahwa perasaan terbakar di dada tidak sering muncul kembali*" tetapi hanya mual saja yang terkadang dirasakan kembali artinya pasien memang dalam kondisi pasca GERD atau sesuai dengan kriteria peneliti bahwa pasien dalam keadaan penyembuhan terhadap penyakit GERD. Gambar dapat dilihat pada Gambar 3 dan 4.

Gambar 3. Koordinasi

Gambar 4. Koordinasi

2. Tahap Kerja (apa kegiatannya)

Pada tahap kerja atau Inti peneliti menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien lebih mendalam terkait aspek kecemasan dan aspek defresi dimaksudkan agar klien menemukan persfektip dan solusi terbaru terhadap permasalahan yang dialami. Pada aspek kedua (2) Kecemasan yang kemungkinan muncul ketika perasan dada terbakar, mual sampai dengan nyeri di ulu hati, beradsarkan observasi serta analisis instrumen yang disebar dapat diketahui bahwa kecemasan apakah muncul dan menggangu subjek penelitian ketika gejala yang dirasakan muncul yaitu : pada subjek pertama "H" *"Saya merasa berkeringat dingin ketika merasa mual" tetapi saya tetap mampu berpikir jernih serta mengatur pernapasan ketika gejala GERD muncul* " artinya untuk aspek kecemasan terjadi pada subjek H tetapi subjek H masih mampu untuk berfikir jernih serta mengatur pernapasan dengan cukup baik. Untuk Subjek W juga demikian kecemasan juga muncul dengan ditandai *"Saya merasa berkeringat dingin ketika merasa mual"* tetapi subjek W masih bisa untuk berpikir jernih dan mampu mentaur pernapasan dengan baik. Dapat dilihat pada gambar 5 dan 6.

Gambar 5. Kegiatan inti

Gambar 6. Kegiatan inti

3. Kegiatan (tahap akhir)

Pada aspek ketiga (3) defresi, pada subjek H diketahui bahwa subjek penelitian *"Saya merasa tidak putus asa sebelum dan sesudah GERD melanda"* artinya subjek cukup optimis bahwa bisa sembuh ketika gejala GERD muncul, *"Saya memikirkan bahwa saya bisa berkonsentrasi ketika mengalami GERD serta Saya juga optimis merasa akan sembuh dari GERD"* artinya subjek penelitian cukup optimis untuk dapat sembuh serta memiliki semangat motivasi penyembuhan yang tinggi. Untuk subjek W juga hampir sama bahwa tetap semangat untuk bisa sembuh dari GERD, *"Saya juga optimis merasa akan sembuh dari GERD"* serta subjek W pun beranggapan bahwa ia masih bisa berkonsentrasi ketika gejala muncul. Pada tahap kerja ini juga setelah peneliti melakukan reassestment atau kembali meninjau permasalahan yang dialami pada tahap ini juga peneliti tetap membangun *trust* dan menjaga hubungan baik kepada subjek (klien). Berikut gambar kegiatan pelaksanaan pada gambar

Gambar 7. Kegiatan Akhir

Gambar 8. Kegiatan Akhir

Selanjutnya pada tahap akhir peneliti bersama subjek(klien) membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling, emnyusun rencana tindakan dan evaluasi serta rencana tindak lanjut terhapa kegiatan layanan. Untuk aspek keempat (4) aspek motivasi sebagai aspek terakhir diidentifikasi bahwa pada subjek H bahwa *"Saya yakin akan sembuh dari GERD serta Saya memiliki motivasi yang tinggi untuk sembuh"* artinya bahwa subjek H memiliki motivasi yang kuat untuk dapat benar-benar sembuh dari GERD hal tersebut tentu membantu membangun pikiran positif serta keyakinan yang kuat untuk sehat dan benar-benar sembuh dari GERD. Selanjutnya untuk subjek W juga diidentifikasi melalui konseling individual yang

peneliti lakukan bahwa subjek W cukup tinggi untuk motivasi penyembuhan GERD nya *"Saya yakin akan sembuh dari GERD serta Saya memiliki motivasi yang tinggi untuk sembuh".*

Penyakit GERD ataupun gejala orang yang mengalami GERD menjadi masalah umum yang terjadi, seperti temuan penelitaan yang dilakukan oleh pasien. Untuk pasien GERD merupakan seluruh manusia yang terindikasi risiko akibat dari komplikasi fisik akibat refluks gastrosoefageal, atau semua orang yang mengalami permasalahan terkait kesehatan (kuaitas hidup) terkait gejala refluks. Secara sederhana, GERD diartikan sebagai suatu gangguan berupa regurgitasi isi lambung yang menyebabkan *heartburn* (kondisi dada yang panas) serta gejala lain (Bastari, 2011).

Menurut Ajjah et.all (2020) GERD menjadi salah satu penyakit akut yang terjadi pada masyarakat, yang terjadi karena ketidakteraturan pola makan, yang menyebabkan kerusakan pada lambung dengan merasa seperti dada terbakar, mulut pahit, tetapi dalam penelitian Ajjah diketahui bahwa terdapat factor resiko yang menyebabkan orang terkena GERD salah satunya karena pengaruh stress atau tekanan yang ada di pikiran, stress juga menyebabkan ketidaknyamanan pencernaan.

Berdasarkan penelitian diatas dapat diketahui bahwa kecenderungan permasalah GERD juga dipengaruhi oleh factor resiko lainnya, salah satunya ialah strees atau tekanan di pikiran yang berlebihan juga bisa menganggu pola pencernaan dan mengakibatkan seseorang terindikasi penyakit GERD.

Selanjutnya pada penelitian yang dilakukan oleh Murni (2020) menjelaskan bahwa gangguan psikosomatis yaitu pengaruh strees dan tekanan psikologis menyebabkan seseorang mengalami permasalahan pada lambungnya yang bisa diindikasi kepada penyakit GERD. Temuan ini juga mencoba menjelaskan pengaruh tekanan psikologi menyebabkan seseorang bisa terindikasi penyakit lambung atau GERD, permasalah yang mengarah pada prilaku psikosomatis.

Sedangkan pada penelitian lainnya seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Bestari (2011) menjelaskan bahwa gejala GERD atau penyakit pada lambung yang diakibatkan hanya oleh refluks pola makan, atau gaya hidup, permasalahan ini bisa di atasi dengan mencoba menghindari makanan yang menyebabkan seseorang untuk terhindar identifikasi penyakit GERD. Walaupun hanya melihat dari pola hidup sehat, tetapi aspek psikologis juga menjadi bagian utama karena untuk membentuk gaya hidup sehat tentunya dengan memiliki keinginan yang sehat diawali dengan memiliki keyakinan atau *believe* yang sehat agar terhindari dari pola hidup yang tidak sehat.

Permasalah psikologi atau identifikasi psikoterapi merupakan cara untuk melihat dan menelusuri fenomena psikologi yang terjadi khususnya bagi pasien denagn GERD atau penyakit GERD mengarah pada situasi psikologis yang tidak sehat. Menurut Buntara (2020) Psikoterapi menjadi salah satu strategi kepada seseorang mengalami permasalahn pada aspek kejiwaannya terganggu, melalui terapi atau intervensi pada aspek psikologis. Secara garis besar terdapat beberapa model umum pendekatan dalam permaslahan dan terapi jiwa. Hal tersebut dapat diketahui bahwa fenomena psikologis menjadi sesuatu yang penting untuk dapat mengetahui atau mengidentifikasi perasalahan yang ada.

Sesuai dengan pendapat diatas menurut Sari et.all (2009) dengan temuannya mengenai stress psikologi, pola makan dan GERD, menjelaskan bahwa fenomena stress psikologis yang paling menyebabkan seseorang sehat atau tidak, terkhusus pada fenomena GERD tingkat stress yang berarti permasalahn pada aspek psikologis menjadi factor pemicu seseorang terkena GERD. Mengenai hal tersebut dapat diketahui bahwa GERD dan pemicu stress psikologi dapat memicu kesehatan fisik maupun mental seseorang.

KESIMPULAN

GERD merupakan gejala yang biasa terjadi saat asam lambung naik sehingga mulut terasa asam dan pahit serta sensasi perih atau panas terbakar di dada dan ulu hati, kondisi ini memicu situasi psikologis

yang terdiri dari kecemasan, panik hingga depresi dengan dibuktikan pada kondisi fisik yaitu sesak napas, keringat dingin dan jika tidak ditangani menyebabkan kondisi pasien semakin parah, hal ini membuktikan bahwa motivasi penyembuhan sangat dibutuhkan. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah pasien GERD terdiri dari warga IAIMNU Metro Lampung "H" dan "W" yang memiliki motivasi penyembuhan yang tinggi hal tersebut membantu individu dalam upya penyembuhan serta antisipasi positife ketika hal tersebut muncul melalui gejala tertentu ketika GERD muncul. Identifikasi serta analisa psikologis pasien dengan GERD dapat diketahui bahwa, (a) adanya kecemasan karena resiko penyakit terhadap tubuh, (b) panik timbul ketika mengalami gangguan pencernaan serta tangan menjadi dingin, serta (c) defresi dapat terjadi tetapi dapat diantisipasi serta (d) motivasi yang kuat untuk sembuh

DAFTAR PUSTAKA

Ajjah, B. F. F., Mamfaluti, T., & Putra, T. R. I. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Terjadinya Gastroesophagel Reflux Disease (GERD). *Journal of Nutrition College*, *9*(3), 169-179.

Buntara, I., Firmansyah, Y., Hendsun, H., & Su, E. (2020). Perbandingan Hasil Kuesioner GERD-Q dan Gejala GERD pada Kelompok yang menjalankan Puasa Ramadhan dan Tidak. *Jurnal Muara Sains, 4*(2), 413-422.

Bestari, (2011). Penatalaksanaan *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD). *Continuing Medical Jurnal Education*, *38*(7), 490-492.

Creswell, J. (2015). Riset pendidikan Perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi riset kualitatif & kuantitatif. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.

Jannati, Z., & Hamandia, M. R. (2020). Mewujudkan Sifat Zuhud Pada Mahasiswa Melalui Bimbingan Kelompok Berbasis Hadist. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *2*(2), 49-61.

Murni, A. W. (2020). Kadar Kortisol Plasma pada Dispepsia Fungsional dengan Gangguan Psikosomatik. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, *7*(1), 15-21.

MuthohharohM., & KarneliY. (2020). Layanan Konseling Perorangan dengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan komunikasi interpersonal. *Guidance*, *17*(01), 14-19. https://doi.org/10.34005/guidance.v17i01.875

Sari, R. K., Ernawati, D. S., & Soebadi, B. (2019). Recurrent aphthous stomatitis related to psychological stress, food allergy and gerd. *ODONTO: Dental Journal*, *6*(1), 45-51.

Prayitno (2011) Dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta

Terjemahan, A. Q. (2015). Kementrian Agama RI. *Bandung: CV Darus Sunnah*.

Wahidah, E. Y. (2018). Identifikasi dan Psikoterapi terhadap ADHD Perspektif Psikologi Pendidikan Islam Kontemporer. *Millah: Jurnal Studi Agama*, *17*(2), 297-318.

Wibowo, M. E. (2005). Konseling kelompok perkembangan. Yogyakarta: Pustaka Pelaja